



Die Krisen sind keine vorübergehenden Störungen, daher braucht es neue Strategien!

FELSEN IN DER BRANDUNG – Sicherheit, Orientierung und Perspektiven für Mitarbeitende

Wie kann es gelingen in Krisenzeiten Ruhe zu bewahren, Verantwortung zu leben und mit klaren Werten in eine gute Zukunft zu gehen?

Die Krisen sind gekommen, um zu bleiben! Entscheidend ist, wie wir ihnen begegnen. Mit Haltung, Mut und dem klaren Fokus auf Lösungen verwandeln wir Herausforderungen in Chancen.

Sich selbst zu empowern, resilenter zu werden, eine gute Strategie zu entwickeln, sowie ein gesundes „Foresight-Denken zu integrieren, ermöglicht es zum „Felsen in der Brandung“ werden.

„Sicherheit entsteht, wenn Menschen auch in bewegten Zeiten Vertrauen, Zuversicht, Klarheit und eine gemeinsame Richtung finden.“

Zielgruppe:

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus allen Funktionsbereichen des Unternehmens, die den Arbeitsalltag als unsicher und belastend erleben und nach Sicherheit, Orientierung und Perspektiven suchen

Ziele:

- Persönliche Sicherheit und Orientierung finden
- Stress verringern und Resilienz stärken
- Strategien zum Selbstmanagement entwickeln
- Innere Stabilität durch Haltung und Werte erlangen
- Foresight und strategisches Denken integrieren
- Mutig werden und eine zukunftsorientierte Haltung entwickeln
- Praktische Umsetzung von Perspektiven und Handlungsstrategien im Team

Lerninhalte:

Sicherheit und innere Stabilität finden

- Das Bild vom „Felsen in der Brandung“
- Resilient werden und persönliche Stressmuster
- Werte und Haltung als innerer Kompass

Ressourcen aktivieren und Stabilität erhöhen

- Die Ressourcenlandkarte und persönliche Anker
- Umgang mit Unsicherheit und Kontrollverlust
- Hilfreiche Stärkungen

Zukunftskompetenzen und Foresight-Thinking

- Die Bedeutung der Zukunftsorientierung
- Anwendung der Zukunftsmethoden
- Haltung und Mut in der Zukunftsgestaltung

Von Perspektiven zu Lösungen und Handlungen

- Entwickeln konkreter persönlicher Handlungsstrategien
- Werde zum „Fels in der Brandung“

Methodik:

- Learning by Doing durch viele praktischen Übungen an eigenen beruflichen und persönlichen Themen
- Transfer in die Praxis durch umfassende Erfahrung, beständige Arbeit an den eigenen Sweet-Spots und gezielte, individuelle Begleitung auch in der Gruppe
- Umfassendes Skriptum mit genauer Beschreibung der Methoden, mit Tipps und Tricks, um das erworbene Wissen jederzeit auffrischen zu können
- Hilfe zur Selbsthilfe mit vielen praktischen Übungen an eigenen beruflichen und persönlichen Themen

Trainer:

Ing. Mag. Albert Waldhör

Dauer:

2 Tage

Anzahl Teilnehmer/innen: max. 12 Teilnehmer/innen